

# 请问医生早晨什么时候量血压比较准 - - 什么时候量血压最准-股识吧

## 一、什么时候量血压最准

第一个高峰一般为早上6:00-9:00，第二个高峰为傍晚17:00-20:00，昼夜波动一般不超过10-20mmHg，但是部分高血压病患者血压波动较大，甚至高达40-50mmHg。

口服降压药的作用通常在服药后0.5-1小时出现，2-3小时达到最高峰。

长效药物疗效的持续时间可达20-30小时，中效药物约8-10小时，短效药物约2-5小时。

因此高血压病患者需在昼夜两个血压高峰前1-2小时服用降压药，这样利于药物有效地发挥疗效。

## 二、什么时候量血压最准，我每次早晨起床之前的血压时

严格专业的是在清晨起床后，是最准的，量血压前不要有大的活动，避免活动后，血压升高。

如果是血压不稳定时期，建议晚上在量一次，不要在饭后马上量，要在晚上8点前量，注意监测。

## 三、一天中什么时间段测量血压最准确喃？

一般早晨血压是最接近人体的准确血压，所以如果想确定有没有高血压，建议连续三天，固定时间测量血压，超过正常值的话，就属于高血压的

## 四、量血压的最佳时间

一般说来，早晨刚醒，尚未起床时测量为最准，最接近基础代谢标准血压。

但经24小时动态血压监测表明，每一个时间段的血压是不一样的。正常人血压呈明显的昼夜波动性，即夜间血压最低，晨起活动后迅速上升，在上午6~10点和下午4~8点各有一高峰，继之缓慢下降。在活动、饱食、情绪激动、精神紧张或寒冷等状态下血压都会升高，日常生活中失眠、吸烟、饮酒和饮咖啡等也都会影响血压的变化。

## 五、什么时间量血压比较准？

晨醒未起床时，测得的血压是基础血压，有临床参考意义。

## 六、血压什么时候测量比较准？

早上起床时的血压比较准确，可以作为基准血压  
如果在运动或者吃饭以后血压会有变化

## 参考文档

[下载：请问医生早晨什么时候量血压比较准.pdf](#)

[《买一支股票多久可以成交》](#)

[《30万买股票能买多久》](#)

[《买股票要多久才能买到》](#)

[《公司上市多久后可以股票质押融资》](#)

[《股票实盘一般持多久》](#)

[下载：请问医生早晨什么时候量血压比较准.doc](#)

[更多关于《请问医生早晨什么时候量血压比较准》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/store/30041342.html>

